

德和國小 2024 年 10 月 1 週學生午餐菜單

	一					二					三					四					五				
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
主食						十穀飯	白米		55.00	kg	蒸煮麵	蒸煮麵	65g	1122.00	包	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	kg
主菜						米醬燒魚	旗魚丁		90.00	kg	台式什錦炒泡麵	豬後腿肉絲		60.00	kg	紅燒豆腐煲	板豆腐		78.00	kg	麵輪滷肉	豬前腿肉丁		72.00	kg
							米豆醬	4.8K	2.00	罐		高麗菜		20.00	kg		脆筍		12.00	kg		白蘿蔔		30.00	kg
							青蔥		3.00	kg		紅蘿蔔		10.00	kg		紅蘿蔔		15.00	kg		麵輪		6.00	kg
							薑		1.00	kg		黑木耳		5.00	kg		乾香菇		1.00	kg		青蔥		3.00	kg
							素-五香豆干		24.00	片		鮮香菇		10.00	kg		青蔥		1.50	kg		滷包	庫存	0.30	kg
											維力炸醬	800g	4.00	罐		八角						素-蘿蔔滷麵輪		0.10	kg
											青蔥		3.00	kg											
							素-油皮絲		0.60	kg															
副菜						椒香馬鈴薯	馬鈴薯		70.00	kg						三杯豆干	四分干		100.00	kg	野菇燴鮮瓜	冬瓜		80.00	kg
							洋蔥		30.00	kg							九層塔		3.00	kg			金針菇		10.00
							紅蘿蔔		5.00	kg					老薑		1.00	kg		秀珍菇		10.00	kg		
							鮮香菇		5.00	kg					蒜粗		1.00	kg		黑木耳		5.00	kg		
							黑胡椒粒	1K	1.00	包					紫米糕		30.00	kg		大蒜		3.00	kg		
蔬菜						炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		75.00	kg
							嫩薑絲		1.5	kg			嫩薑絲		1.5		kg		嫩薑絲			1.5	kg		嫩薑絲
							蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg
湯						蟹絲豆腐羹	板豆腐		20.00	kg	菜頭排骨湯	排骨		30.00	kg	冬瓜山粉圓	冬瓜茶磚	550g	40.00	塊	黃瓜魚丸湯	大黃瓜		50.00	kg
							雞蛋		30.00	kg			白蘿蔔		30.00		kg		山粉圓			5.00	kg		小魚丸
							蟹味棒	500g	5.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg						素-素丸子		12.00	顆	
							冷凍青豆仁	1K	10	kg		素-素排骨		0.10	kg										
							素-冬粉		0.10	kg															
營養分析	份					份					份					份									
	備份					備份					備份					備份									
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉	
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子	

※經營師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

德和國小 2024 年 10 月 2 週學生午餐菜單

	10月7日				10月8日				10月9日				10月10日				10月11日					
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位		
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg kg	白飯	白米		58.00	kg		白飯	白米		58.00	kg	
主菜	糖醋豬肉	豬後腿肉丁		72.00	kg	菇菇雞丁	雞腿丁		95.00	kg	翡翠燴飯	豬前腿肉絲		48.00	kg	國慶日放假	蒜泥肉片	豬前腿肉片		108.00	kg	
		大番茄		10.00	kg		杏鮑菇		20.00	kg		洋蔥		10.00	kg			杏鮑菇		10.00	kg	青蔥
		洋蔥		10.00	kg		小黃瓜		10.00	kg		青江菜		10.00	kg			青蔥		3.00	kg	
		冷凍青豆仁		5.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg		鮮香菇		5.00	kg			蒜泥		3.00	kg	
		冷凍玉米筍		5.00	kg		素-素雞切片		1.00	kg		雞蛋		20.00	kg							
		蕃茄醬	3.33K	4	桶						冷凍玉米粒		10.00	kg								
		素-嫩油丁		0.60	kg						紅蘿蔔		5.00	kg								
											素-素火腿絲	1K	1	條								
副菜	絲瓜滑蛋	絲瓜		100.00	kg	塔香海茸	海茸		80.00	kg						黃瓜百匯	大黃瓜		100.00	kg		
		雞蛋		30.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg				紅蘿蔔			5.00	kg	貢丸		24.00	kg
		嫩薑絲		3.00	kg		九層塔		3.00	kg												
		枸杞		1.00	包		嫩薑絲		3.00	kg												
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg		炒有機時蔬	有機時令蔬菜		75.00	kg	
		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg			嫩薑絲		1.5	kg	
		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg			蒜粗		1.00	kg	
湯	鮮菇冬瓜湯	雞骨架		10.00	kg	韓式大醬湯	板豆腐		15.00	kg	薏仁排骨湯	中排		30.00	kg		蔬菜蛋花湯	雞蛋		30.00	kg	
		冬瓜		30.00	kg		馬鈴薯		10.00	kg		小薏仁		10.00	kg			小白菜		30.00	kg	
		鮮香菇		10.00	kg		洋蔥		10.00	kg												
		嫩薑絲		3.00	kg		金針菇		5.00	kg												
							綠豆芽		5.00	kg												
附餐	果汁	柳橙果汁		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1122.00	份			份	保久乳		1122.00	份		
	備份				份	備份			份	備份			份			份	備份			份		
營養分析	熱量	全穀雜糧		豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧		豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧		豆魚蛋肉		熱量	全穀雜糧		豆魚蛋肉			
	蔬菜	乳品/水果		油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果		油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果		油脂與堅果種子		蔬菜	乳品/水果		油脂與堅果種子			

※經營養師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

德和國小 2024 年 10 月 3 週學生午餐菜單

	10月14日					10月15日					10月16日					10月17日					10月18日				
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg kg	米苔目	米苔目		108.00	kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	
主菜	泰式雞丁	雞腿丁		96.00	kg	海結滷肉	豬後腿肉		96.00	kg	客家炒米苔目	豬後腿肉片		60.00	kg	蘿蔔燒油腐	嫩油丁		40.00	kg	豉汁雞丁	雞腿丁		96.00	
		洋蔥		10.00	kg		白蘿蔔		10.00	kg		綠豆芽		20.00	kg		白蘿蔔		80.00	kg		洋蔥		20.00	
		小黃瓜		10.00	kg		海帶結		20.00	kg		竹輪	600g	6.00	kg		紅蘿蔔		20.00	kg		杏鮑菇		12.00	
		泰式甜辣醬	920g	3.00	罐		紅蘿蔔		5.00	kg		貢丸		18.00	kg							豆豉		6.00	
		檸檬汁	960ml	1.00	罐		滷包	庫存	0.30	kg		油蔥酥		2.00	包										
		素-嫩油丁		0.60	kg		老薑		1.00	kg		韭菜		3.00	kg							素-素雞切片		1.00	
		素-大溪黑干丁		0.60	kg		素-油皮絲		0.60	kg															
副菜	翠豆雙絲	白干絲		40.00	kg	滑蛋高麗	高麗菜		70.00	kg						茶葉蛋	雞蛋		1122.00	個	開陽蒲瓜	蒲瓜		100.00	
		冷凍毛豆仁		50.00	kg		雞蛋		50.00	kg			滷包	210g/6盒/箱	4.00		箱		紅蘿蔔			10.00			
		紅蘿蔔		5.00	kg		枸杞	600g	1.00	包												乾蝦米		1.00	
		提前一天送達廚房																							
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		75.00	
		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg
		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	
湯	酸菜肉片湯	豬前腿肉片		21.00	kg	銀魚味噌湯	板豆腐		20.00	kg	蘿蔔魚丸湯	白蘿蔔		30.00	kg	珍珠冬瓜湯	冬瓜磚	550g	20.00	塊	馬鈴薯蔬菜湯	中排		30.00	
		酸菜		12.00	kg		小魚干		3.00	kg		小魚丸		15.00	kg		粉圓		30.00	kg		馬鈴薯		10.00	
		嫩薑絲		3.00	kg		海帶芽		1.00	kg		素-素丸子		12.00	顆	二砂糖		30.00	kg		大番茄		5.00		
		素-凍豆腐		0.30	kg		味噌	12K	24.00	kg												紅蘿蔔		5.00	
							柴魚片		2.00	包												素-素排骨		0.10	
附餐	果汁	綜合蔬果汁		1122.00	份						產履豆漿		1122.00	份		時令水果(截切)		1122.00	份		保久乳		1122.00		
		備份			份	備份			份	備份			份	備份			份	備份			備份				
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚		
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果		

※經營營養師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

人

單位

kg

份

份

蛋肉

果種子

德和國小 2024 年 10 月 4 週學生午餐菜單

	10月21日					10月22日					10月23日					10月24日					10月25日				
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg kg	麵疙瘩	麵疙瘩		108.00	kg	白飯	白米		58.00	kg	白飯	白米		58.00	
主菜	茄汁三節翅	三節翅	100g	1110.00	支	寬粉雞丁	雞腿丁		96.00	kg	蕃茄麵疙瘩	豬前腿肉丁		72.00	kg	鐵板豬柳	豬後腿肉條		96.00	kg	洋蔥燻雞	雞腿丁		96.00	kg
		洋蔥		20.00	kg		馬鈴薯		20.00	kg		大番茄		20.00	kg		綠豆芽		20.00	kg		洋蔥		20.00	kg
		大蒜		3.00	kg		紅蘿蔔		5.00	包		高麗菜		15.00	kg		洋蔥		20.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg
		素-滷五香豆干		24.00	片		寬粉	600g	3.00	kg		鮮香菇		10.00	kg		黑胡椒醬	2.9L	4.00	罐		蒜粗		3.00	kg
							豆瓣醬		3.00	kg		油蔥酥		2.00	包		素-老豆腐		0.60	kg		素-百頁豆腐切片		0.60	kg
							素-嫩油丁		0.60	kg		素-五香豆干切片		0.60	kg										
副菜	黃瓜甜條	小黃瓜		30.00	kg	炒四寶	四分干		30.00	kg	豆沙包	豆沙包		1122.00	個	太陽高麗	冷凍玉米粒		20.00	kg	客家素炒	豆干片		50.00	kg
		甜不辣		90.00	kg		豆薯		50.00	kg			高麗菜		65.00		kg		碎脯	12K		12.00	kg		紅蘿蔔
		蒜粗		1.00	kg		冷凍玉米粒		30.00	kg		紅蘿蔔		20.00	kg		蒜粗		1.00	kg		豆豉		6.00	kg
		冷凍玉米筍		10.00	kg		紅蘿蔔		10.00	kg															
		素-白干絲		0.30	kg																				
		素-紅蘿蔔		0.30	kg																				
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒有機時蔬	有機時令蔬菜		75.00	kg
		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		蒜粗		1.00	kg
		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg
湯	玉米蛋花湯	雞蛋		20.00	kg	鮮菇豆腐湯	板豆腐		20.00	kg	酸辣湯	雞蛋		15.00	kg	番茄馬鈴薯雞湯	雞蛋		15.00	kg	雞腿丁		30.00	kg	
		冷凍玉米粒		12.00	kg		鮮香菇		10.00	kg		板豆腐		15.00	kg		大番茄		10.00	kg					
		玉米醬罐頭	3K	3.00	罐		鴻喜菇		10.00	kg		金針菇		5.00	kg		金針菇		5.00	kg		馬鈴薯		15.00	kg
		紅蘿蔔		5	kg		金針菇		10.00	kg		脆筍絲		6.00	kg		脆筍絲		6.00	kg		素-素丸子		12.00	kg
							嫩薑絲		3.00	kg		黑木耳		5.00	kg		黑木耳		5.00	kg					
											紅蘿蔔		5.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg						
附餐	果汁	蘋果果汁		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果(截切)		1122.00	份	保久乳		1122.00	份			1122.00	份
	備份				份	備份			份	備份			份	備份			份	備份			份				
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚		
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		

※經營營養師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

人

單位

kg

顆

份

份

蛋肉

果種子

德和國小 2024 年 10 月 5 週學生午餐菜單

	10月28日				10月29日				10月30日				10月31日												
	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位	菜名	食材	規格	數量	單位
主食	白飯	白米		58.00	kg	十穀飯	白米 五穀米		55.00 6.00	kg kg	烏龍麵	烏龍麵		108.00	kg	白飯	白米		58.00	kg					
主菜	沙茶豬柳	豬後腿肉條		96.00	kg	杏鮑菇燒雞	雞腿丁		96.00	kg	日式烏龍湯麵	豬前腿肉片		60.00	kg	塔香油腐	四角油豆腐		100.00	kg					
		豆干切片		10.00	kg		洋蔥		10.00	kg		竹輪		6.00	kg		杏鮑菇		20.00	kg					
		洋蔥		10.00	kg		杏鮑菇		20.00	kg		綠豆芽		10.00	kg		九層塔		3.00	kg					
		青蔥		3.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg		鮮香菇		10.00	kg		大蒜		1.00	kg					
		蒜粗		3.00	kg		素-素雞切片		0.60	kg		冷凍玉米粒		10.00	kg		薑		1.00	kg					
		沙茶醬	3K	4.00	桶						紅蘿蔔		5.00	kg											
		素-青椒		0.60	kg						味噌	12K	2.00	箱											
											海帶芽		1.00	kg											
											青蔥		3.00	kg											
											素-素火腿		1.00	條											
副菜	青花炒培根	冷凍青花菜		100.00	kg	肉羹燴黃瓜	大黃瓜		100.00	kg	芝麻包	芝麻包		1122.00	個	燴冬瓜	冬瓜		100.00	kg					
		培根		18.00	kg		肉羹		18.00	kg			紅蘿蔔		15.00		kg	紅蘿蔔		15.00					
		蒜粗		1.00	kg		紅蘿蔔		5.00	kg							黑木耳		5.00	kg					
		素-油皮絲		0.60	kg		素-蒟蒻絲		0.30	kg															
蔬菜	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg	炒時蔬	時令蔬菜		75.00	kg					
		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg		嫩薑絲		1.5	kg					
		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg		蒜粗		1.00	kg					
湯	蔬菜丸子湯	大白菜		30.00	kg	酸菜豆腐湯	肉絲		15.00	kg						銀耳紅棗地瓜圓湯	銀耳		6.00	kg					
		小魚丸		15.00	kg		凍豆腐		20.00	kg							乾蓮子		30.00	kg					
		金針菇		5.00	kg		酸菜		12.00	kg						紅棗	600g	2	包						
		紅蘿蔔		5.00	kg		嫩薑絲		3.00	kg						二砂糖		30.00	kg						
附餐	果汁	綜合蔬果汁		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果		1122.00	份	時令水果(截切)		1122.00	份								
		備份			份	備份			份	備份			份	備份			份	備份							份
營養分析	熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉			熱量	全穀雜糧	豆魚蛋肉		
	蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子			蔬菜	乳品/水果	油脂與堅果種子		

※經營養師審核：通過 不通過(原因：)

午餐秘書： 主任： 校長：

